

УДК 316.334.22

ББК 6/8.60,56

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В СФЕРЕ РАБОТЫ С МОЛОДЕЖЬЮ: ПОДХОДЫ К АНАЛИЗУ

Данике К.К.,

*магистрантка 1 курса,
Уральский федеральный университет имени
первого Президента России Б.Н. Ельцина
г. Екатеринбург, Россия
kura_96_41@mail.ru*

HEALTH-PRESERVING TECHNOLOGIES IN THE FIELD OF WORK WITH YOUNG PEOPLE: APPROACHES TO ANALYSIS

Danike K.

*1st year master student, Ural Federal
University named after the first
President of Russia B. N. Yeltsin
Yekaterinburg, Russia
kura_96_41@mail.ru*

Аннотация

В статье рассматриваются различные подходы в применении здоровьесберегающих технологий и подчёркивается важность их использования в вузах для сохранения здоровья студенческой молодежи. Методом традиционного анализа нормативно-правовых актов и других документов выделяются основные тематические аспекты, которые затрагивают учёные и специалисты в своих работах по этой проблеме.

Annotation

The article examines various approaches to the application of health-preserving technologies and emphasizes the importance of their use in higher education institutions to preserve the health of student youth. The method of traditional analysis of documents highlights the main thematic aspects that affect scientists and specialists in their work on this issue.

Ключевые слова: здоровье, здоровьесбережение, здоровьесберегающие технологии, студенческая молодежь, подходы.

Keywords: health, health conservation, health-preserving technologies, student young people, approaches.

Здоровье человека является одним из приоритетов российской государственной политики. Вопросы здоровьесбережения разрабатываются и внедряются на нескольких уровнях: государственно-политическом, общественно-социальном и индивидуально-личностном [12, стр. 150].

Первый подход предельно широкий по смыслу. Здесь рассматривается проблема здоровьесбережения на государственно-политическом уровне, поскольку сохранение, поддержание здоровья молодежи сегодня – это гарантия медико-социального благополучия общества в будущем. Об этом свидетельствует нормативная база созданных регламентирующих документов. Представим анализ таковых. Федеральный закон «Об основных гарантиях прав ребёнка в Российской Федерации», от 24 июля 1998 года. Настоящий Закон основывается на Конституции Российской Федерации, Конвенции Организации Объединенных Наций о правах ребенка 1989 года, определяет правовой статус ребенка как самостоятельного субъекта и направлен на обеспечение его физического, нравственного и духовного здоровья, формирование национального самосознания на основе общечеловеческих ценностей мировой цивилизации.

Особая забота и социальная защита гарантируются детям с особенностями психофизического развития, а также детям, временно либо постоянно лишенным своего семейного окружения или оказавшимся в других неблагоприятных условиях и чрезвычайных ситуациях [9, стр. 62 - 63].

Федеральный закон от 21 ноября 2011 г. - ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации». Настоящий Закон направлен на обеспечение правовых, организационных, экономических и социальных основ государственного регулирования в области здравоохранения в целях

сохранения, укрепления и восстановления здоровья населения. Согласно закону существенными принципами государственной политики Российской Федерации в области здравоохранения являются: создание условий для сохранения, укрепления и восстановления здоровья населения; приоритетность мер профилактической направленности; формирование ответственного отношения населения к сохранению, укреплению и восстановлению собственного здоровья и здоровья окружающих; ответственность республиканских органов государственного управления, организаций, местных органов за состояние здоровья населения [5, стр. 46].

Семейный кодекс Российской Федерации от 29.12.1995 №223-ФЗ. Данный документ признает и поддерживает родителей и семьи законных опекунов как лиц, которые в первую очередь несут на себе заботу о детях. Он направлен на формирование движения, которое будет помогать строить мир, пригодный для жизни детей, на основе последовательной приверженности следующим принципам и целям: дети - прежде всего; искоренить нищету; инвестировать в детей; не забыть ни одного ребенка; заботиться о каждом ребенке; дать каждому ребенку образование; защитить детей от вреда и эксплуатации; защитить детей от войны; бороться с ВИЧ/СПИДом; прислушиваться к детям и обеспечивать их участие; сохранить Землю для детей [5, стр. 47].

Указ Президента РФ от 1 июня 2012 г. № 761 "О Национальной стратегии действий в интересах детей на 2012 - 2017 годы". План направлен на достижение следующих целей: обеспечение благоприятных условий для полноценного физического, интеллектуального и нравственного развития подрастающего поколения, повышения качества жизни детей, сохранения их здоровья и формирования навыков здорового образа жизни, защиты их от насилия и жестокости; формирование правового самосознания подрастающего поколения, привлечение детей к участию в принятии решений, касающихся их интересов, подготовка к активной общественной жизни.

Воплощение в жизнь положений различных программ также позволит укрепить здоровье и повысить уровень физической подготовленности молодежи, возродить ценность и значимость семьи в общественном сознании, укрепить семью, увеличить рождаемость, консолидировать общественное молодежное движение в целях построения сильной и процветающей страны [2, стр. 162 - 163].

Особая роль отводится системе образования. В стране создана система пропаганды здоровьесбережения населения: ведется активная работа по повышению физической активности населения, снижению распространению курения и употребления алкоголя, профилактике употребления токсико-наркотических средств, улучшению структуры и качества питания, приведению условий труда в соответствие с санитарно-гигиеническими нормативами, профилактике и коррекции повреждающего действия антропологических факторов, улучшение качества окружающей среды, улучшению охраны материнства и детства, улучшению медицинской помощи по приоритетным направлениям, профилактике ВИЧ-инфекции и заболеваний, передающихся половым путем, обеспечение охвата населения иммунизацией [1, стр. 97 – 99].

В общеобразовательных учреждениях осуществляется пропаганда передового опыта в области формирования у учащихся жизненных навыков и навыков здоровьесбережения. Здоровый образ жизни проявляется в отношении к своему здоровью и здоровью окружающих как к ценности и осознании своей ответственности не только за свое здоровье, но и за здоровье будущих поколений; умении противостоять разрушительным для здоровья формам поведения; сформированности навыков личной гигиены; наличии умений и навыков сохранения и укрепления здоровья [3, стр. 80 - 81].

Проблема здоровьесбережения рассматривается на макросоциальном уровне: в семье, детском саду, школе и других заведениях. Многие предметы общеобразовательной школы обладают значительным потенциалом в формировании у учащихся культуры здоровья. В содержание программ

включены системообразующие понятия и правила поведения, которые позволяют создать у школьников целостную картину здоровья человека и путей его сохранения и укрепления. Учебники и учебные пособия содержат дидактический материал, усвоение которого способствует формированию у учащихся представлений и понятий о личной гигиене, о правилах питания, поведении людей и т. д. Представляется возможным раскрыть учащимся содержание такого материала при изучении отдельных предметов. При изучении основ природоведения школьников формируются идеи, понятия и правила сохранения здоровья. Как учебная дисциплина физическая культура оказывает разностороннее образовательное, воспитательное, оздоровительное воздействие на учащихся, решает задачи обеспечения безопасности жизнедеятельности, связанные с предметом, формирует здоровый образ жизни, содержит элементы закаливания, физическую силу и выносливость. Среди разных видов системообразующей деятельности в школах осуществляется деятельность, берегающая здоровье детей.

Таким образом, здоровьесбережение школьников на микросоциальном уровне требует комплексного подхода к организации работы всех участников воспитательно - образовательного процесса на основе взаимосвязи и единства их деятельности в педагогической системе [12, стр. 152 - 153].

Индивидуально-личностный уровень здоровьесбережения представляет собой углубленную систематическую, целенаправленную деятельность педагогов в общеобразовательной школе, которая совершается в заданном направлении с учетом индивидуально-личностных особенностей детей. На практике образовательное учреждение, поставившее своей задачей планомерно заниматься здоровьем каждого учащегося, затрагивает некоторые направления работы.

Формирование потребностей и мотивов к здоровьесбережению – это целенаправленный процесс содействия школьнику в осознании им ценности здоровья, формировании ответственного отношения к нему и во включении ребенка в этот процесс в соответствии с его индивидуальными

возможностями и способностями. Поэтому одним из существенных педагогических направлений является формирование мотивации к здоровьесбережению. Это обеспечивается побуждением у учащихся внутренних противоречий, активизирующих их поведение и деятельность с позиций ценностей своего здоровья.

Просматривая историческую обусловленность исследуемой проблемы, нормативные документы, опыт изучения работы некоторых школ, методик, научной литературы и работ разных авторов можно отметить актуальность проблемы, целесообразность интеграции усилий власти, педагогов, врачей, психологов, социальных служб. Результаты научных исследований последних лет свидетельствуют о необходимости системного подхода к решению проблемы, как в разработке теории, так и в организации практики здоровьесбережения в необходимых направлениях. Эффективность воспитания и обучения молодежи зависит от здоровья. Здоровье - важный фактор работоспособности и гармонического развития человеческого организма. Ряд философов (Дж. Локк, А. Смит, К. Гельвеций, М.В. Ломоносов, К.Маркс и другие), психологов (Л.С. Выготский, В.М. Бехтерев и другие), ученых-медиков (Н.М. Амосов, И.И. Брехман), педагогов (Л.Г. Татарникова, Зайцев, С.В. Попов и другие) пытались решить проблему здоровья, формирование здорового образа жизни у человека. Они разработали и оставили многочисленные труды о сохранении здоровья, продления жизненного потенциала и долголетия [5, стр. 46-47].

Таким образом, великие философы - мыслители утверждали, что сам человек главным образом должен думать, заботиться о своем здоровье, о благосостоянии и стремиться поддержать его. От этого зависит человеческое счастье. Большое значение придавал М.В. Ломоносов анализу факторов развития и формирования личности молодого человека. М.В.Ломоносов обратился к исследованию проблем человека с позиции психологии, физиологии, педагогики в их совокупности. В.М.Бехтерев много сил отдал в борьбе за оздоровление общества. С охраной здоровья населения, улучшения

условий его жизни, повышением благосостояния, ростом культуры он связал перспективы развития личности и общества. Особое внимание он уделяет сохранению и укреплению детского здоровья [2, стр. 164 - 165]. Проблема здоровья также интересовала многих педагогов. В.А.Сухомлинский утверждал, что забота о здоровье человека - это комплекс санитарно-гигиенических норм и правил, а не свод требований к режиму, питанию, труду и отдыху. Это, прежде всего, забота в гармоничной полноте всех физических и духовных сил, и венцом этой гармонии является радость творчества [10, стр. 75]. И.И. Брехман, основоположник науки о здоровье - валеологии, определяет здоровье как способность человека сохранять соответствующую возрасту устойчивость в условиях резких изменений количественных и качественных параметров триединого потока сенсорной, вербальной и структурной информации [5, стр. 47 - 48].

Итак, из приведенных определений видно, что понятие здоровья отражает качество приспособления организма к внешним условиям среды и представляет итог процесса взаимодействия человека и среды обитания; само состояние здоровья формируется в результате взаимодействия внешних (природных и социальных) и внутренних (наследственность, пол, возраст) факторов.

Существует огромное количество определений понятия "здоровье". Согласно определению Всемирной организации здравоохранения, здоровье - это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физических дефектов [12, стр.153]. Здоровье человека, в первую очередь, зависит от стиля жизни, от психологических особенностей и условиях обитания человека. Под здоровьесберегающими технологиями мы можем понимать систему мер по охране и укреплению здоровья учащихся, учитывающую важнейшие характеристики образовательной среды и условия жизни человека, воздействие на здоровье. В сфере образования интересен опыт Уральского федерального университета, где в ходе учебно-воспитательного процесса

уделяется особое внимание программам адаптации студентов и формированию здорового образа жизни [6, с. 71]. Последнее важно, поскольку на развитие молодежи «оказывает модель поведения, сформированная, в основном, учебным заведением» [7, с. 395]. Интересен также опыт российских предприятий по профилактике вредных привычек среди молодежи [4, с. 9], а также применению здоровьесберегающих технологий среди работающей молодежи [8, с.116].

Здоровьесберегающие образовательные технологии - это многие из знакомых большинству педагогов психолого-педагогических приемов и методов работы, технологий, подходов к реализации возможных проблем плюс постоянное стремление самого педагога к самосовершенствованию. Только тогда можно сказать, что учебно-образовательный процесс осуществляется по здоровьесберегающим образовательным технологиям, если при реализации используемой педагогической системы решается задача сохранения здоровья обучающихся и педагогов. Стоит отметить, что здоровьесберегающие технологии реализуются на основе личностно-ориентированного подхода. Осуществляемые на основе личностно-развивающих ситуаций, они относятся к тем жизненно важным факторам, благодаря которым обучающиеся учатся жить вместе и эффективно взаимодействовать. Здоровьесберегающие технологии должны обеспечить развитие природных способностей человека: его ума, нравственных и эстетических чувств, потребности в деятельности, овладении огромным опытом общения с людьми, природой, искусством. К примеру можно отметить мнение российского педагога В.Д. Сонькина, который концентрировал внимание на то, что здоровьесберегающая технология - это: условия обучения ребенка в школе (отсутствие стресса, адекватность требований, адекватность методик обучения и воспитания); рациональная организация учебного процесса (в соответствии с возрастными, индивидуальными особенностями и гигиеническими требованиями); соответствие учебной и физической нагрузки возрастным возможностям

ребенка; необходимый, достаточный и рационально организованный двигательный режим. [11, стр. 30-31]

В научных источниках указывается, что в настоящее время представители науки и вузовские работники значительно больше внимания уделяют изучению здоровьесберегающей среды в общеобразовательных учреждениях, нежели в высших учебных заведениях. В многочисленных исследованиях медиков, педагогов, психологов и физиологов убедительно доказывается негативное влияние существующей системы обучения на здоровье и развитие подрастающего поколения, делается вывод о том, что данная проблема стала ключевой в стратегии дальнейшего развития как отечественной школы, так и всего государства в целом. Исследовательница здоровьесберегающих технологий в системе высшего образования Н. В. Лядова считает, что задачи, которые ставятся в качестве основных, способствующих сохранению здоровья школьников, носят универсальный характер и могут быть применены ко всем категориям населения, в том числе и студенческой молодёжи (создание установок по отношению к своему здоровью и способам его укрепления, пропаганда знаний, умений и навыков здорового образа жизни, создание в учебных учреждениях здоровьесберегающей среды (Е. П. Усанова, В. С. Шувалова, О. В. Шиняева, А. А. Баранов, В. В. Власов, Н. Л. Ямщиков и др.)

Под здоровьесберегающей образовательной технологией О.В.Петров понимает систему, создающую максимально возможные условия для сохранения, укрепления и развития духовного, эмоционального, интеллектуального, личностного и физического здоровья всех субъектов образования (учащихся, педагогов и др.). Основные структурообразующие компоненты здоровьесберегающих технологий: аксеологический, который проявляется в осознании учащимися высшей ценности здоровья, убеждённости в необходимости вести здоровый образ жизни; гносеологический связан с приобретением необходимых для здоровьесбережения знаний и умений, связанных с интересом к вопросам

собственного здоровья; собственно здоровьесберегающий компонент - особая роль отводится физкультурно-оздоровительной деятельности, соблюдению режима дня, качеству питания, чередованию труда и отдыха, что способствует предупреждению возникновения вредных привычек и различных заболеваний; эмоционально-волевой включает в себя проявление эмоциональных и волевых психологических механизмов, которые закрепляют желание вести здоровый образ жизни;

Вместе с тем считаем необходимым подчеркнуть значимость роли не только государства и его институтов, но и иных неотъемлемых составляющих эффективного практического решения проблемы в применении здоровьесберегающих технологий в сфере работы молодежью, к которым относятся: заинтересованность и активное участие в процессе самих молодых людей, молодежных общественных объединений и др., что в полной мере соответствует упомянутой Конвенции ООН о правах ребенка, согласно которой дети имеют право голоса в принятии решений, оказывающих влияние на их здоровье; личный пример поведения взрослых в плане искоренения вредных привычек, что способствует формированию с детского возраста осознанной потребности в здоровом и безопасном образе жизни.

По нашему мнению, это самое главное, без этого теоретическим предпосылкам, декларациям и убеждению молодежи невозможно перейти в практическую плоскость.

Список литературы

1. Антонова, Л.Н. Психологические основания реализации здоровьесберегающих технологий в образовательных учреждениях / Л.Н. Антонова. – М.:МГОУ, 2000. – с. 100
2. Артемьева Л. О. Здоровьесберегающие технологии комплексного сопровождения детей // Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе: проблемы и перспективы / Под ред. Л. О. Артемьевой. – Пенза: АНОО Приволжский Дом знаний, 2009. – с. 210

3. Брехман, И.И. Введение в валеологию – науку о здоровье / И.И. Брехман. - М.: Наука, 1987. – с. 217
4. Буйносова Н.И. Здоровый образ жизни как элемент корпоративной культуры современного промышленного предприятия. Опыт. Проблемы. Пути решения./ Н.И. Буйносова, Н.В. Попова — Каменск-Уральский, 2007. – с. 120
5. Жарова А. В. Формирование здоровья студентов вузов. – Красноярск: СибГУ, 2006. – с. 176
6. Осипчукова Е.В. Адаптация студентов в учреждениях высшего образования: факторный анализ / Е.В. Осипчукова, Н.В. Попова, Е.В. Попова // Современная школа: инновационный аспект. – Том.8. – №4. – 2016. – С. 66-74.
7. Попова Н.В.. Взаимосвязь личностных особенностей и карьерных ориентаций молодых работников промышленного предприятия / Н.В. попова // Вестник КазНУ. Серия: психология и социология, № 1 (52) – «Казак университеті», Алматы, 2015 – С. 400
8. Попова Н. В. Здоровье и здоровый образ жизни как ценности молодых работников промышленного предприятия / Н. В. Попова // Глобализм и гуманизм. Международный день философии ЮНЕСКО в Кузбассе – 2007. Сб. науч. ст. по материалам Международной конференции. (15 ноября 2007 г., Кузбасс) / науч. ред. В. И. Красиков. – Кемерово: ООО «ИНТ», 2007. – с. 118.
9. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в современной школе. – М.: АПК и ПРО , 2002. – с. 121
10. Сухомлинский В.А. Сердце отдаю детям / В.А.Сухомлинский – М.: Просвещение, 1979. – с. 170
11. Сонькина В.Д. Теория и методология реализации здоровьесбережения в условиях современного вуза: Дис. ... д-ра пед.наук / Д.С. Сомов. – Ст., 2012. – с. 250
12. Шахова А. В., Челышева Т. В., Хасанова Н. И. Здоровьесберегающий потенциал образования. – Майкоп: ООО Аякс, 2008. – с. 256